

## ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)		50	0,4	0,1	0,9	6,5
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ		60/30	10,0	13,4	15,8	222,2
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150/5	7,2	5,8	32,5	211,4
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ		200	0,6		33,0	136,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>21,8</b>	<b>19,7</b>	<b>105,8</b>	<b>687,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>21,8</b>	<b>19,7</b>	<b>105,8</b>	<b>687,9</b>

## ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ		60	1,0	3,0	4,9	52,5
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ		60/30	6,8	15,7	2,1	177,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150/5	5,6	4,7	35,9	208,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С		200			9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>17,0</b>	<b>23,8</b>	<b>76,2</b>	<b>588,7</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>17,0</b>	<b>23,8</b>	<b>76,2</b>	<b>588,7</b>

### ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ		60	1,5	0,1	4,1	23,5
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (МИНТАЙ) С СОУСОМ		60/30	8,1	7,0	10,7	137,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150/5	3,1	5,4	20,3	141,0
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ		200	0,6		33,0	136,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>16,9</b>	<b>12,9</b>	<b>91,7</b>	<b>549,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>16,9</b>	<b>12,9</b>	<b>91,7</b>	<b>549,3</b>

### ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
ФРУКТЫ (В АССОРТИМЕНТЕ)		130	1,2	0,3	10,5	55,9
ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		170/5	27,5	18,4	81,5	600,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		200			9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>32,3</b>	<b>19,1</b>	<b>125,3</b>	<b>806,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>32,3</b>	<b>19,1</b>	<b>125,3</b>	<b>806,9</b>

## ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		60	1,0	2,3	4,8	45,1
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУРИНАЯ)		150/50	11,9	16,5	39,0	352,6
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,8	3,0	14,8	102,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>20,3</b>	<b>22,2</b>	<b>82,2</b>	<b>611,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>20,3</b>	<b>22,2</b>	<b>82,2</b>	<b>611,9</b>

## ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)		50	0,4	0,1	0,9	6,5
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ КУРИНЫМ		190	10,9	14,8	23,3	271,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С		200			9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>14,9</b>	<b>15,3</b>	<b>57,5</b>	<b>428,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>14,9</b>	<b>15,3</b>	<b>57,5</b>	<b>428,5</b>

## ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60		1,0	3,0	5,0	52,7
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	60/30		6,8	15,7	2,1	177,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150/5		5,6	4,7	35,9	208,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200				9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>17,0</b>	<b>23,8</b>	<b>76,3</b>	<b>588,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>17,0</b>	<b>23,8</b>	<b>76,3</b>	<b>588,9</b>

## ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
ФРУКТЫ ( В АССОРТИМЕНТЕ )	130		0,5	0,5	12,7	61,1
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУРИНАЯ)	150/50		10,4	13,7	18,5	241,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200				9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>14,5</b>	<b>14,6</b>	<b>64,5</b>	<b>452,7</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>14,5</b>	<b>14,6</b>	<b>64,5</b>	<b>452,7</b>

## ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)		50	0,4	0,1	0,9	6,5
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ		60/30	8,6	13,6	10,1	197,3
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150/5	7,2	5,8	32,5	211,4
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ		200	0,6		33,0	136,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>20,4</b>	<b>19,9</b>	<b>100,1</b>	<b>663,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>20,4</b>	<b>19,9</b>	<b>100,1</b>	<b>663,0</b>

## ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
ФРУКТЫ (В АССОРТИМЕНТЕ)		130	0,5	0,5	12,7	61,1
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУРИНАЯ)		150/50	11,9	16,5	39,0	352,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		200			9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>16,0</b>	<b>17,4</b>	<b>85,0</b>	<b>564,2</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>16,0</b>	<b>17,4</b>	<b>85,0</b>	<b>564,2</b>

## ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		60	1,0	2,3	4,8	45,1
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ		60/30	10,1	12,3	10,7	192,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		150/5	5,6	4,7	35,9	208,5
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ		200	0,6		33,0	136,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>20,9</b>	<b>19,7</b>	<b>108,0</b>	<b>694,2</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>20,9</b>	<b>19,7</b>	<b>108,0</b>	<b>694,2</b>

## ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ		60	1,0	3,0	5,0	52,7
ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		170/5	19,9	13,1	58,8	432,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С		200			9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>24,5</b>	<b>16,5</b>	<b>97,1</b>	<b>635,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>24,5</b>	<b>16,5</b>	<b>97,1</b>	<b>635,3</b>